**Меню на 15.07.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная с маслом, сахаром** | **180****200** | **12,42** | **15,46** | **54,62** | **402** | **3,9** | **56** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/5****200/5** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **25/5****30/5** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Банан** | **70** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | **128** |
| **Итого за завтрак** | **13,63** | **17,39** | **104,1** | **696,15** | **22,22** |  |
| **Обед** | **Суп картофельный с фрикадельками на мк/б** | **180****200** | **16,25** | **13,25** | **36,3** | **477,5** | **26,3** | **4/1** |
| **Крокета из мяса курицы** | **60** | **15,55** | **6,72** | **5,29** | **142,8** | **0,57** | **22** |
| **Макароны отварные со сл. маслом** | **100** | **5,34** | **6,966** | **31,45** | **203** | **5,95** | **44** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30****35** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **39,16** | **27,126** | **126** | **1031,14** | **33,62** |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0,6** | **114** |
| **Хлеб пшеничный** | **25** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | **104** |
| **Итого за полдник** | **0,69** | **0,27** | **28,7** | **109,54** | **0,6** |  |
| **Итого за день** | **53,48** | **44,786** | **258,8** | **1836,83** | **56,44** |  |